

日本一幸せな高齢化
社会を目指す高齢者
のための地域情報誌

※のさる…「天の恵みを与える」の意味

のさる新聞

【名称】のさる新聞（無料）
【編集】花咲 実
【発行者】幸せの宝島ラボ
【所在地】天草市中央新町20-1
【電話】0969(23)8888
【制作】ノサリアル
《平成26年4月18日初版発行》



これが熊本県の幸せのものさし！

県民総幸福量 (AKH : Aggregate Kumamoto Happiness)

熊本県が用いる幸福指標 = 県民総幸福量 (AKH)

夢を持っている

誇りがある

経済的な安定

将来に不安がない

幸せがテーマの新聞



天草の人たちが、みんな笑顔で幸
せに暮らすには、どうしたらよい
でしょうか？

「のさる新聞」のテーマは、天草
島民が、みんな仲良く笑顔で幸せ
に暮らすことです。

個人、家庭、職場、学校、地域と、
幸せの範囲はいろいろありますが、
それ何が大切かを、いろんな
角度から捉え、より有意義な情報
を掲載して、みなさんの幸せ作り
に貢献したいと思います。

天草島の人々へ知事からのメッセ
ージ

県では、「幸せ実感くまもと4カ年
戦略」の中で、「地域力を高める」を

（協力：熊本県企画振興部企画課）

「幸せ実感くまもと4カ年戦略」に
おいて、基本目標としている「幸せを
実感できるくまもと」とは、「県民一
人ひとりが幸せを実感し、住み慣れた
地域で夢を持ち誇りに満ちた暮らしが
送れる熊本」と設定しています。

県民のみさんの幸せ実感の向上の
ため、「幸せ実感くまもと4カ年戦略」
の取組効果を浸透させていくとともに、
県民のみなさんの一人ひとりが主役と
なって行う幸せづくりが次々に輪となっ
て広がっていくように、くまモン部長
率いる「しあわせ部」の活動も展開し
ていきたいと思います。

幸せな熊本県とはどんなイメージで
すか？

**熊本県に一千億円以上の経済効果をもたらした営業
部長・くまモンが、本年一月、今度は「しあわせ部
長」に就任し、さっそく蒲島県知事にインタビュー！**

特集 県民総幸福量って、なんですか？

AKHは、ウェイトと満足度を掛け合
わせて算出するため、ウェイトが高
い要因の満足度を上げることが幸福量
の効果的な上昇につながります。そこ
で、「誇り」に着目し、この要因に含
まれる「歴史・文化」の満足度を上げ
るという方法が考えられます。現在進

められている世界文化遺産登録に向
けた取組みは、こうした方向性に沿つ
たものではないでしょうか。また、「将
来に不安がない」に含まれる「心身の
健康」への満足度を上げるために、医
療体制の更なる充実を図るということ
も考えられます。

なお、天草市で独自に進められてい
る幸福量調査の結果も併せて分析する
ことで、このような天草島民の幸福量
を高めるきめ細やかな取組みにつなが
つていくものと思います。

天草の方々も、その素晴らしい宝を
旅の提供をはじめ、「あまくさアジ」、
「クマモトオイスター」などの地元産
品のブランド化や、崎津集落の世界遺
産登録に向けた取組みなど、様々な施
策が展開されているところです。

戦略の一つに掲げています。天草地域
では、美しい景観や豊富な水産資源、
キリストン関連の歴史文化などの地域
資源を活かした観光振興をはじめとす
る取組みを強化することとしています。
これに沿って、現在、「A列車」で行こ
う」や「天草宝島ライン」を活用した



ジエツン・ペマ
ワンチュク王妃

ブータン王国首相顧問
ペマ・ギャルボ先生

桐蔭横浜大学 大学院教授・国際政治学者・1953年チベット生まれ、1965年来日。チベット文化研究所名誉所長、岐阜女子大学名誉教授

国民総幸福量（GNH）と言えば、ブータン王国

時代はGDP(国民総生産)から、GNH(国民総幸福量)の最大化に向かっている



GDP(Gross National Product)
国民総生産(物の豊かさを追求)



ブータン王国の国旗（龍ガシンボル）

この度『のざる新聞』でブータンを紹介する機会をいただき感謝いたします。四回の連載を通して、ブータンならではのものごとを読者の皆様に紹介したいと思います。

pi ness=GHN)です。また日本人に大きな幸福度を抱かせたのは、二〇一一年十一月の現国王と王妃の日本への公式訪問であったと思ひます。

まずブータンという国を少しご説明します。ブータンの國土は、三八、三九四平方キロメートルで、日本の十分の一ぐらいです。人口はわずか六七万強、日本の江戸川区の人口に相当します。宗教は仏

行錯誤しながら進め、最終的に新憲法の下、立憲君主制を導入することに成功しました。

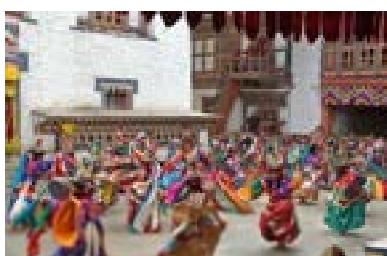
世界の多くの王朝がクーデターなどによって打倒されていた中、ブータンは国王自らが先頭に立ち、血を流すことなく、王室から民主化への改革を達成したのです。国王を敬愛しているブータン国民は民主化に関して極めて消極的であり、貴人の国王のもとこそこそ

若い民主主義が誕生しました。新憲法では国王は国家元首であり、小規模ではあるものの軍の統帥権を有しています。若い国王は国民の教育と福祉に多大な关心を寄せておられ、二〇一〇年日本国を公式訪問された時も、謙虚な姿勢で日本から何かを学びそれを自己の國民の生活向上のために役立てたとお考えでした。例えば京都で云流芸芸大学校を御訪問された際、

第一回 国民総幸福量（GNH）のはじまり

ペマ先生のブータン王国の幸せ通信

連載



ブータンの民族舞踊 (伝統文化が守られている)

新憲法に基づき一九〇八年、ブータンでは史上初の総選挙が実施され議会制内閣が誕生しました。新憲法にはいくつかブータンなら

を全うされました。医王は医民と共にあります。そこで、国民の幸せに対するということを基本理念とし、世界数カ国の政治経済のシステムを勉強し、国民総幸福度の理念を考案し、システムを構築しました（国民総幸福度については、次回紹介します）。

また国王は段階的に民主化を試行錯誤しながら進め、最終的に新憲法の下、立憲君主制を導入することに成功しました。

世界的多くの王朝がクーデターなどによって打倒されていた中、ブータンは国王自らが先頭に立ち、血を流すことなく、王制から民主化への変革を達成したのです。

国王を敬愛しているブータン国民は民主化に関して極めて消極的であり、賢人の国王のもとにこ自分達は幸せであると考え、国王にもそのように嘆願しましたが、国王は民主化がブータンの未来のためにあることや新憲法について国民に説明するため、現国王を行させて本国中津々浦々まで御自走足を運び、国民を説得されました。

はの特色があります、その一には、世界でも珍しく国王の定年制があり、その年齢を六十五歳と明記していることでしょう。新憲法の下、新時代に備えて第四世国王は五十九歳前半で王位を退き、二〇〇六年十二月に皇太子を第五世として即位させました。こうして新しい憲法の下、ブータンに新しい王様となり、民主主義が誕生しました。

新憲法では国王は國家元首であり、小規模はあるものの軍の統帥権を有しています。若い国王は国民の教育と福祉に多大な关心を寄せておられ、二〇一〇年日本国を公式訪問された時も、謙虚な姿勢で日本人から何かを学びそれを自己の国民の生活向上のために役立てたいとお考えでした。例えば京都で伝統工芸大学校を御訪問された際、同大学理事長の留学生を受け入れようという申し出に対し、国王はその御好意を受け入れ、将来的のブータンを担うべき二名の優秀な研修生を派遣されました。

ブータン国民は王室を敬愛していますが、同様に王室も国民一人一人を家族のように大切にされています。国王は毎週、職業・身分を問わず、十五名ずつの国民をお茶会に招いて、人々とのコミュニケーションを取つていらっしゃいます。日本が訪問中に神社仏閣にお参りされた際も、必ずまず第一に日本とブータン両国民の幸せを祈り、次に皇室、王室の繁栄を祈ります。日本をご訪問中に神社仏閣へ

ブータン王国と天草の関わり

2012年5月26日、日本の自治体で初めて天草市がブータン王国から講師を招いて、「市民の幸せを考えるシンポジウム」を開催しました。

その時のパネリストの一人がブータン王国首相顧問・ペマ・ギャルポ先生で、幸福量を高める地域づくりの取り組みを高く評価されました。

また、2014年2月3日、天草市下浦町出身の富安裕一さん（国際協力機構・JICA専門職員）の長年の農業研究に対する功労に対して、ブータン国王より叙勲が授与されました。

日本人で、ブータン国王より勲章を授与されたのは二人目で、ブータン王国と天草には、深い関わりがあります。



富安裕一さん（左）とブータン国王（右）

津波が30mを越えた記録が残る2地域



★首越
白濱

上天草市大矢野町



海草がひっかかっていた白濱の海抜30m地点を指さす水野さん

すると、今から約二百二十年前の1792年5月21日（寛政4年4月1日）に起つた、いわゆる島原大変肥後迷惑の雲仙の噴火で、大矢野町に残る口頭伝承を調べてみると、ちは、津波のまれて家が壊れ、みんな亡くなつたそうです。

そのため、當時の大災害では一万五千人余りの人々が亡くなつていて、天草にはとんでもない大津波がやってきていたことが判明したのです。

大地震や大津波は、決して他人事ではなく、私たち天草の住人にとって重大な問題で、いつ来るとも知れない大災害に備え、日頃から防災の意識を高め、自分の命は自分で守ることを基本に、地域の防災対策に力を厭わないことが肝要です。



水野敏行 会長

まさかの大津波！

東日本大震災が起つるまでは、天草で津波の心配をする人はほとんどいませんでした。

ところが、上天草市老人クラブ連合会長であり、郷土史家の水野敏行さんは、東日本大震災の十五メートルを超える大津波を報道で知つて、天草の過去の歴史で、大津波の記録があるかどうかを調べてみました。

すると、今から約二百二十年前の1792年5月21日（寛政4年4月1日）に起つた、いわゆる島原大変肥後迷惑の雲仙の噴火で、大矢野町に残る口頭伝承を調べてみると、ちは、津波のまれて家が壊れ、みんな亡くなつたそうです。

その付近に住む老婦人に話を聞いてみると、その日、伊勢講で白濱地区から伊勢神社に代参していた二人

33メートルあったそうです。

この調査には、熊日新聞の記者も同行して驚き、平成23年12月25日（日曜版）で「津波到達高さ30メートル？」の記事のビッグニュースになりました。

その時の大災害では一万五千人余りの人々が亡くなつていて、天草にはとんでもない大津波がやってきていたことが判明したのです。

大地震や大津波は、決して他人事ではなく、私たち天草の住人にとって重大な問題で、いつ来るとも知れない大災害に備え、日頃から防災の意識を高め、自分の命は自分で守ることを基本に、地域の防災対策に力を厭わないことが肝要です。

集落が全滅した白濱

大矢野島の北海岸で、島原雲仙を対岸に望む白濱地域には、昔から集落が津波で全滅したという言い伝え

があり、その時津波が押し寄せた小高い山で、海草が引つかかっていたと言われる場所があります。

水野さんは、その場所の正確な海拔を計測してみると、なんと30メートルをありました。

その付近に住む老婦人に話を聞いてみると、その日、伊勢講で白濱地区から伊勢神社に代参していた二人

33メートルあったそうです。

この調査には、熊日新聞の記者も同行して驚き、平成23年12月25日（日曜版）で「津波到達高さ30メートル？」の記事のビッグニュースになりました。

首越はもつとすごい！

また、白濱から更に北東方面に車で2、3分行った場所に、岩屋地区

で、そこには雲仙側と岩屋の港を隔てる小高い山があり、そこに首越えといふ地名があります。

地元の伝承では、大津波がその山の上に立っていた人の首の高さを越えて行ったので、その地点を「首越」と呼ぶそうです。

水野さんが海拔を計つてみると、

33メートルあったそうです。

この調査には、熊日新聞の記者も同行して驚き、平成23年12月25日（日曜版）で「津波到達高さ30メートル？」の記事のビッグニュースになりました。

二百一十年前 島原大変肥後迷惑の時 天草に30メートルの津波が来た！

天草市では、今年7月に台風8号で市全域の約3万8千世帯、約8万7千人に非難勧告が出され、不安な夜を過ごした市民も多かつたと思います。災害が起つた時に、何よりも大事なことは、詳しい災害情報を素早く、全世界で通報する仕組みがあることです。東日本大震災以降、全国的に防災対策の意識がとても高くなりました。災害時に最も役に立つ情報源は、圧倒的にラジオという統計が出ています。

そのため全国的に防災を兼ねたコミュニティーフィルム局が次々と開局し、被災者が求めている物や、ボランティアを呼びかけたり、心を愈す番組や音楽などを流して、物心両面でサポートする役割を果たしています。

コミュニティーフィルム局は、災害時の防災通報システムの補完的な役割だけでなく、平時は地域のラジオ局として地域作り情報や、福祉情報、観光情報、文化情報など、地域振興にも大きく貢献する媒体として注目されています。これから天草は、次第に超高齢化社会へと差しかかりますが、高齢者主体の地域情報番組を作制作するなど、コミュニティーフィルム局は住民の命の安全、暮らしの安心、生きがい作りに貢献する有効なメディアとして注目されます。

注目のコミュニティーフィルム局

コミュニティーフィルム局の役割

平時…地域情報
非常時…災害情報



幸せを説く聖職者 (阿村 地蔵院)

荒木正昭 住職



幸せって何ですか？

幸せは、感謝という言葉の陰に隠れていて、合掌の中にあると思います。

お釈迦様の教えに、「人間の本能として、一つの欲が満たされると、次の欲を目指して苦しむ」とあります。

また、「仏遺教經」の中に、「多欲の者は苦もまた多し、小欲のものは苦もまた少なし」とあります。

『仏遺教經』自体は、修行僧に対する戒めの教えですが、これは、一般の人にも通じると思います。

世界で最も経済的に、物質的に豊かになつた日本ですが、幸せを感じている人は、とても少ないと思います。

平成時代に入って、自殺者が三万人を越える記録が十四年間続きましたが、先進国の中では異常に多いのです。

幸せは、感謝という言葉の陰に隠れていて、合掌の中にあると思います。

お釈迦様の教えに、「人間の本能として、一つの欲が満たされると、次の欲を目指して苦しむ」とあります。

また、「仏遺教經」の中に、「多欲の者は苦もまた多し、小欲のものは苦もまた少なし」とあります。

『仏遺教經』自体は、修行僧に対する戒めの教えですが、これは、一般の人にも通じると思います。

世界で最も経済的に、物質的に豊かになつた日本ですが、幸せを感じている人は、とても少ないと思います。

私は、ご縁があつて、阪神淡路の大震災の復興活動の折に、長田区菅原市場で相田みつをさんの作品を被災地で展示したんです。

その時、心を打ちひしがれた人たちは、清貧の書家相田みつさんのお魂が吹き込まれた詩を読んで、心がどんどん元気になつていきました。

その時に、相田みつをさんのお息子さんで、「相田みつを美術館

经济や物の豊かさと、幸せを感じる心の豊かさは別だと思うのです。

心の豊かさは、どんな中にも感謝を忘れない合掌の心だと思います。

私は、曹洞宗のお寺の住職ですが、人から仏教ではなく、「相田みつを教」だ、と言われます。

私は、ご縁があつて、阪神淡路の大震災の復興活動の折に、長田区菅原市場で相田みつをさんの作品を被災地で展示したんです。

私は、ご縁があつて、阪神淡路の大震災の復興活動の折に、長田区菅原市場で相田みつをさんの作品を被災地で展示したんです。

その時、心を打ちひしがれた人たちは、清貧の書家相田みつさんのお魂が吹き込まれた詩を読んで、心がどんどん元気になつていきました。

その時に、相田みつをさんのお息子さんで、「相田みつを美術館

長」をしている相田一人さんと一緒に親しくなりました。

その相田一人さんから一般には非公開の「自分と言う名の」詩を頂きました。私は、そこに幸せになる大切なポイントが説かれています。

人の心を、車と人生道路に譬えてあります。人の欲望には生きがりがあります。

一つが満たされたら、また次を求めることが、また次を求めて、それが際限なく続く。

この欲望の連鎖を断ち切るには、足ることを知る心が、最も大切です。

一個のおにぎりを食べただけで、「ああ幸せだなあ」と思える心があれば、この世の中は、本当に極楽の世界になります。

幸せは、自分の心の持ち方で決まる、お釈迦さまも、相田みつをさんも説いておられると思います。

自分が言う名の車の運転手は自分です。

自分と言った名のこの車の運転手は自分です。

この車ーーなんと運転の危険なことかなぜ？道の両側に花が多く過ぎるから

自分という名のこの車の運転手は自分です。

この車ーーなんと運転の危険なことかなぜ？道の両側に花が多く過ぎるから

かねや財産という名の花社会的地位や名声という名の花愛慾・憎悪・嫉妬という名の様々な花仏さまのことばを借りれば貪瞋痴という名の赤い花あの花、この花、みんな欲しい花ばかりいくら車に積んでもきりがない

物足らない、物足らないと突っぱしる心があれば、この世の中は、不平不満の黒い煙を吐きながら……

わき見運転やめないかぎり危険いっぱいのこの車自分という名のこの車運転手は自分

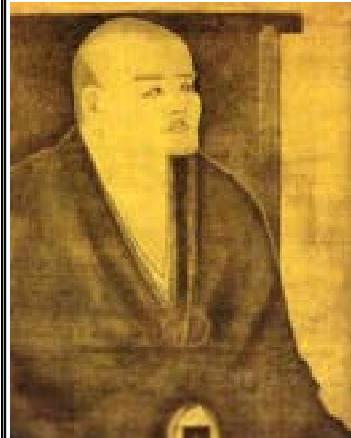
幸せって、なに？

三百六十五日、誰でも自由に坐禅ができる地蔵殿を作った
荒木正昭 地蔵院住職が説く、幸せとは？

仏教用語【三毒】

貪…欲・おしい・むさぼり
瞋…いかり・にくい
痴…おろか（真理に対する無知）





曹洞宗開祖 1200~1253年
大本山 永平寺、總持寺

道元禅師

『正法眼蔵』

切に志を欲する人
速やかに悟りを得る

自ら道を求める志のある人は、ど
んな人でも、速やかに悟りを得るこ
とができるという、道元禅師の言葉
です。

天草には、たくさんの曹洞宗の寺
院がありますが、道元禅師が説く救
いは、「只管打坐」という坐禅にあ
ります。

世俗に暮らしていると、人は欲に
まみれて、本来もつて生まれた美し
い仮性（真心）が次第に疊つてしま
います。

仮性のままに生きれば、この世は
極楽の世界で、何を見ても、何を聞
いても、有り難い、勿体ないと
感謝の喜びに満たされます。

しかし、澄み切った水に泥を入れ
たら濁るよう、心に欲が混じると、
不安、不満、不信が湧き起こり、こ
の世が苦しみの地獄の世界に見えて
きます。

道元禅師は、お釈迦様の悟りの道
を、坐禅によって得る修行の道を説
きました。

日常の雑事に追われて、忙しい毎
日を送っている人は、「忙しい」と
いう字の如く、自分の心を亡くして



DVD定価 2,160円
(税込・送料無料)

座禅の基本を自宅で学ぶ!

坐禅は、基本さえ学べば、いつ
でも、どこでも、だれでもできます。
忙しくて禅堂に通えない人や、
自宅で坐禅の基本をしっかり学び
たい方のために、分かり易い坐禅
のDVD映像教材をご紹介します。

坐禅の礼儀、作法から、食事の
とり方まで、大切な基本が分かる
だけでなく、足が悪い人や、子ど
もの坐禅の仕方まで、映像で丁寧
に解説してあります。

お求めは、下記へ「座禅に親し
む希望」と書いて、住所、氏名、
電話番号を明記して、FAXで送
信して下さい。折り返し郵送しま
す。(後払い振込用紙在中)

制作 九州曹洞宗青年会
受付 FAX 0969-23-383
問合せ 080-5214-1561

坐禅は、優れた自己修養法

ただ静かに坐って、心の中心をみつめる

365日、いつでも、だれでも、自由に
坐禅ができる「地蔵殿」は、すべての人
に解放されています。

上天草市松島町阿村にある
曹洞宗地蔵院には、納骨堂と
坐禅堂が一つになった「地蔵
殿」ができました。

柔らかい板張りに、空調、
トイレも完備されています。
荒木住職は、一人でも多くの
人たちの心の癒しのために
利用して頂きたいと、無料で
この禅堂を開放しています。
住職が不在でも「地蔵殿」
は昼間解放されていますので、
ご自由にお越し下さい。



誰でも自由に坐禅ができますが、
礼儀として本堂へ御参拝された
後の坐禅をお勧めいたします。

[お問い合わせ] 地蔵院
電話 090-3013-7141
住所 上天草市松島町阿村1061

地蔵殿のご紹介

めいどサロン巡り

どんどん若返る高齢者の

天草には、地元の人でも知らない魅力ある宝がたくさんあります。めいどサロンでは、その地域の散策をしながら、自然と文化と人とふれあう悦びがいっぱいです。

湯島へ行ったことある?

「あなたは、湯島に行つたことがありますですか?」と尋ねると、天草の人でも10人のうち8人は、「ない」と答えます。

なんどまあ、もったいなか!

天草から出て、あちこち遠い所に旅行するより、すぐそばに素晴らしい名所があるのに、天草に住んでいたがら、あの有名な「談合島」に行つたことがないなんて!



天草市老人クラブ連合会 会長 松田正邦

めいどサロン体験ツアーに参加して

「ハイ、倉岳山です!」「正解です。じゃあ、倉岳山に登ったことがありますか?」と尋ねると、「…、なかです」

なんどまあ、もったいなか!

あの山の頂上には、なぜだか、枯れない不思議な湧き水があるのです。

そこから眺める上島南海岸

日本でも珍しい石垣や「こぐり」があつて、散策した後は、芸達者な吉野屋の美熟女たちがご接待してくれるとです。

くまモンのお爺さん?

「くまモンで、熊本県はいくら儲けたか知つとるや?」

「そがんとも知らんとや、1,

格安新鮮野菜が満載

「都呂々に、無農薬の新鮮な野菜と果物がめちゃくちゃ安く売つてある。もやい屋で知つとるや?」

「知らんな…」

美しい下島西海岸の景色や、

徳川家の菩提寺を見学して、

もやい屋で休憩すれば、とて

も楽しかとです。

博多から都呂々に移り住ん

でこらしたご夫婦が、温かく

ご接待してくれて、面白か話

ば、いっぱい聞けることです。

帰りは、地元のお爺さん、

お婆さんたちが丹精込めて作つ

た新鮮な野菜ば、なんさま安

うして一杯買えるとです。

「天草は、どこがよかや?」

なんて答えてはいませんか?」

灯台下暗で、良いものがす

ぐそばにあるのに、それに気づ

かず他所ばかり見ていませんか?

天草は宝島です。気がつけば、

他所の人たちがうらやましがる

ものがいっぱいです。

私たちにとって当たり前と思つ

ているものが、実はすごく大切

なものだつたりします。

めいどサロン巡りは、天草の

魅力を再発見する旅です。

お金をかけず、健康的で、面

白おかしく、人とふれあい、思

い出っぽいの地域散策です。

さあ、5つのめいどサロンの

探しに行きましょうか!

「天草めいどサロン巡り」の活動に心からエールを送ります。

「天草で一番高い山は、ど

こか知つとるや?」

美熟女メイドのご接待

「天草で一番高い山は、ど

こか知つとるや?」

244億円の経済効果はい、一
「うそやろもん!」
「日銀試算だけん、ほんと
い!じゃあ、くまモンを企画
した生みの親は知つとるや?」
「そら、小山薰堂さんたい!」
「じやあ、薰堂さんの実家の
めいどサロン・小山屋に行つ
たことがあるや?」
「ええっ?そらなかばい!」
「あんた元ハイヤば見たこと
あるや?」
「…、なかなか」

なんどまあ、もったいなか!

天草の銀座・中央新町を散
策したあと、ゆり美容院あと
の小山屋に行けば、他にはな
いサプライズがのさるとです。

昔ながらの漁師町を散策して、
加瀬浦のせどわを見た後は、

本物の元ハイヤば、地元の人
が教えてくれて、一緒に踊る

とです。これは、本物の贅沢!
ときわ屋でめいどさんの手

作りのかまぼこや漁師飯に舌
鼓を打つて、ほんに極楽。

牛深のときわ屋に行けば、
源流は、牛深の元ハイヤばい!

「あんた元ハイヤば見たこと
あるや?」

なんどまあ、もったいなか!

牛深のときわ屋に行けば、
阿波踊りやよさこい踊りの

「阿波踊りやよさこい踊りの

「阿波踊りやよさこい踊りの

「阿波踊りやよさこい踊りの

「阿波踊りやよさこい踊りの

「阿波踊りやよさこい踊りの

「阿波踊りやよさこい踊りの

「阿波踊りやよさこい踊りの

型にこだわらず

自由に踊って

楽しむむぽい!

元ハイヤ

型にこだわらず

自由に踊って

楽しむむぽい!

天草の熟年熟女パワー炸裂！めいどサロン！

湯島 乙姫屋



5時間 3,600円(税込)

めいどサロン乙姫屋は、ご主人が漁師で奥さんが海女ちゃんのおじり夫婦。湯島を一周散策した後は、朝潜って獲れたての海鮮料理をご満喫！

棚底 吉野屋



4時間 3,500円(税込)

絶景の倉岳山頂や、棚底の文化を歩いて感じる散策し、ゆかいなメイドさんが戯れながらご接待をしてくれます。他には無い極楽

【行程】バス
9:30 天草市民センター 第2駐車場出発

中央新町 小山屋



4時間 1,800円(税込)

映画「おくりびと」の原作者で、くまもとサプライズのくまモン企画の生みの親で放送作家小山薰堂さんのご両親がご接待するめいどサロン！

現地集合

都呂々 もやい屋



4時間 3,500円(税込)

名刹東向寺・鈴木神社、鎮道寺・国照寺・十三仏を巡り、もやい屋で博多弁パリパリの名物ご夫婦と楽しくふれあい、新鮮なめいど土産を！

牛深 ときわ屋



5時間 3,700円(税込)

美しいハイヤ大橋と、華やかな港町牛深を一望できる遠見山に登った後は、温かい牛深熟女のご接待と、本場元ハイヤの体验教室で、楽しく踊る！

【行程】バス
10:00 天草市民センター 第2駐車場出発

【行程】船と徒步
9:00 本渡港出発
10:00 湯島港着
《湯島散策》
猫の神様、いっちょう墓、湯島展望台、高山右近の碑、諏訪神社
12:00 乙姫屋でご接待(昼食)
13:00 湯島港発
14:00 本渡港着・解散

【出発日】8月20日(水)、27日(水)、9月3日(水)、24日(水)
【集合時間】午前8時45分(本渡港待合所) 【定員】40名【最少催行人員】30名(食事昼1)
※添乗員は同行しません
【申し込み締切】
・出発日の10日前まで
【備考】集合場所までの交通手段は、マイカー等各自ご手配下さい。

【出発日】8月17日(日)
9月21日(木)
【集合時間】午前9時15分
(天草市民センターの第2駐車場※市民センター東側)
【定員】25名【最少催行人員】20名(食事昼1)
※添乗員は同行しません
【申し込み締切】
・出発日の10日前まで
【備考】集合場所までの交通手段は、マイカー等各自ご手配下さい。

【出発日】8月17日(日)
9月18日(木)
【集合時間】午前9時30分
※駐車場は、ゆり美容院P
【定員】20名【最少催行人員】10名(食事昼1)
※添乗員は同行しません
【申し込み締切】
・出発日の10日前まで
【備考】集合場所までの交通手段は、マイカー等各自ご手配下さい。

【出発日】8月26日(火)
9月30日(火)
【集合時間】午前9時15分
(天草市民センターの第2駐車場※市民センター東側)
【定員】25名【最少催行人員】20名(食事昼1)
※添乗員は同行しません
【申し込み締切】
・出発日の10日前まで
【備考】集合場所までの交通手段は、マイカー等各自ご手配下さい。

【出発日】8月30日(土)、9月6日(土)、20日(土)、25日(木)
【集合時間】午前9時45分
(天草市民センターの第2駐車場※市民センター東側)
【定員】25名【最少催行人員】20名(食事昼1)
※添乗員は同行しません
【申し込み締切】
・出発日の10日前まで
【備考】集合場所までの交通手段は、マイカー等各自ご手配下さい。

お申込みお問合せ（一社）天草宝島観光協会 受付時間9時～17時 電話0969-22-2243 〒863-0023 熊本県天草市中央新町15-7

企画実施：熊本県知事登録第3-229号(一社)全国旅行業協会会員 国内旅行業取扱管理者 大塚純子■予約方法/電話、郵便、ファクシミリ、インターネットその他の通信手段により予約を受け付けます。FAX 0969-22-2390 E-mail info@t-island.jp ■旅行代金に含まれるもの(プラン共通)/消費税等諸税、サービス料。■予約・申込内容/コース名・催行日・参加人数・参加者氏名(全員)・住所・連絡先・小人だけの参加はできません。・集合場所までの交通費は各自のご負担となります。・添乗員は同行しませんが、現地スタッフがご案内致します。・精算方法：当日受付時に現金でお支払ください。■契約の成立/旅行契約は、当社が旅行の締結を承諾し、申込書・申込金を受領したときに成立するものとします。■取消料/旅行契約成立後、お客様の都合で契約を解除させるとときは、規定の取消料を申し受けます。■この条件書は、旅行業12条の4に定める取扱条件説明書面及び同法第12条5に定める契約書面の一部です。■旅行業取扱管理者は、お客様の旅行を取り扱う営業所での取引に関する責任者です。この旅行契約に関し、担当者からの説明に不明な点があれば、ご遠慮なく上記の取扱い管理者にお尋ねください。

白遊空間
space creative

熊本天草店

天草市龍郷町龜川120-1

0969-27-5025

えらい安かなあ！ なんさま、よかっぱな！

同伴者様(ご家族・ご友人)も同額でご利用できます

シニア割

60歳以上の
お客様は平日の
ご利用料金が
520円

平日限定

30種類の豊富な
メニューから選べる!**220円** (税込)

新ランチ&ディナー

全室対応!



タイヨー
SUPER CENTER
本 湿 店
リンドマール店

BEST

最近、天草八十八ヶ所靈場巡りの噂が、あちこちで聞かれます。四国の同じように白衣に菅傘をかぶつたお遍路さんの姿が、天草でも見られるようになつてきました。

そこで、巡拝の世話をする先達の池田義保さんに天草のお遍路について訊いてみました。



先達会 池田義保 代表

どうしてお遍路をしようと思うのですか?

私は、長年真向法^{まっこうほう}という健康体操の指導者をしてきました。

真向法は、「健体康心」と言つて、健やかな体と安らかな心作りを信条としています。

お蔭様で、体の方はとてもやかになつたのですが、ただ心の方は、体操だけではなかなか安らかになりません。

そこで、私は数年前から、九州百人靈場や様々な靈場巡りをするようになつて、そこでお遍路こそ、心の安らぎを得る最高の癒しと思いました。

なぜ、いま、天草にお遍路が復興したのですか?

元々、天草は千年前から切支丹が伝来するまで、真言宗のお寺がたくさん建つていて、弘法大師様の信仰が地域に深く根づいていたようです。

しかし、天草の五人の領主がみんな切支丹に改宗したため、弘法大師様の信仰がどこか壊して、神社やお寺をことごとく壊して、切支丹の教会を天草中に建ててまで



河原 備前寺にて

天草に訪れるように、現在受け入れ体制を整えています。

最近、天草八十八ヶ所靈場巡りの噂が、あちこちで聞かれます。四国の同じように白衣に菅傘をかぶつたお遍路さんの姿が、天草でも見られるようになつてきました。

そこで、巡拝の世話をする先達の池田義保さんに天草のお遍路について訊いてみました。

した。

天草島原の乱後、天草は天領となり、鈴木重成代官が、領民たちを切支丹から仏教に改宗させましたが、昔から島にはお大

師様の信仰が深く根づいていた

ため、天草中のあちこちのお寺やお堂の回りに、小さな八十八ヶ所靈場巡りができたようです。

不思議なことに鈴木重成公は、

当時の天草を八十八ヶ町村に分け統治していたのです。

そこで、平成の天草八十八ヶ所靈場巡りは、江戸時代の天草八十八ヶ町村のほぼ全て(湯島、御所浦島・天附島等含む)の地

域を巡るお遍路として復興致し、新しい日本の巡礼地として、たくさんの人たちが癒しを求めて

天草を八十八ヶ町村に分け統治していたのです。

そこで、平成の天草八十八ヶ所靈場巡りは、江戸時代の天草八十八ヶ町村のほぼ全て(湯島、御所浦島・天附島等含む)の地

域を巡るお遍路として復興致し、新しい日本の巡礼地として、たくさんの人たちが癒しを求めて

天草を八十八ヶ町村に分け統治していたのです。

天草のお遍路がしたいのですが、どうしたらよいのですか?

現在、八十八ヶ所の寺院の檀家さんたちを中心に行っています。

巡回の予定日は、中央新町のお遍路用品店「輝堂」(詳細は下記で)分かりますのでお尋ねください。

噂の天草八十八ヶ所靈場巡り

天草にお遍路と四国のお遍路はどう違うのですか?

大きな違いは、四国は祈願の靈場で天草は感謝の靈場です。

昔は、不治の病で悩んでいる人々や生きる希望を無くした人たちが、四国に命がけで御祈願の巡礼に行っていました。だからいつ死んでもいいように白衣を来てお遍路をするのです。

でも、今の時代、私たちほどでも恵まれていて、お願いよりも、お札を申し上げることの方が多いのです。

天草遍路の特徴は、八十八ヶ所靈場を感謝しながら巡ることで、何でも喜べる心を養う全国でも珍しい感謝のお遍路です。



¥3,240(税込) 上中万五郎先生

納経帳は、日本の名僧高僧の和歌八十八首と一緒に挿絵で綴つた、他にはない特製品です。

心に沁みる天草古地の納経帳

天草八十八ヶ所靈場の

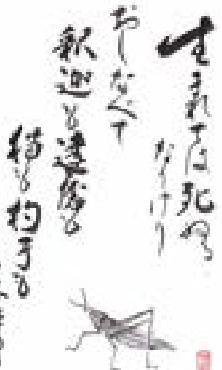
天草八十八ヶ所靈場の納経帳は、日本の名僧

上中万五郎先生の美し

い挿絵で綴つた、他に

は珍しい感謝のお遍路です。

お遍路用品の事なら輝堂



お遍路用品の事なら輝堂

お遍路用品

を取り扱う地元の仏具店です。

四国・九州は元より、天草八十八ヶ所靈場独自の巡拝用品も取り扱っています。

特に天草お遍路に関するこだわり、お遍路の衣装から、道具、用品

なども取り扱っています。

その他、仏壇仏具の修理なども承っております。

近くに来られたら、私たち夫婦にどうぞお気軽にお掛け下さい。

お遍路用品

を取り扱う地元の仏具店です。

特に天草お遍路に関するこだわり、お遍路の衣装から、道具、用品

なども取り扱っています。

その他、仏壇仏具の修理なども承っております。

近くに来られたら、私たち夫婦にどうぞお気軽にお掛け下さい。

お遍路用品

を取り扱う地元の仏具店です。

特に天草お遍路に関するこだわり、お遍路の衣装から、道具、用品

なども取り扱っています。

その他、仏壇仏具の修理なども承ております。

近くに来られたら、私たち夫婦にどうぞお気軽にお掛け下さい。

お遍路用品

を取り扱う地元の仏具店です。